СЕМЬ ПОВАРЯТ

СУПЫ



АРКАИМ

СЕМЬ ПОВАРЯТ

СУПЫ



Издательство «Аркаим»

СУПЫ

СОДЕРЖАНИЕ







БОРЩ ЧЕРНИГОВСКИЙ



на 4 порции

- мякоть говядины 100 г
- свекла 100 г
- капуста 150 г
- кабачки 90 г
- помидор 1 шт.
- яблоко 1 шт.
- картофель 2 шт.
- лук репчатый 1 головка
- фасоль 2 ст. ложки
- томатное пюре 1 ст. ложка
- жир 1 ст. ложка
- бульон 4 стакана
- уксус 3%-й 1 ч. ложка
- соль, сахар
- сметана 2 ст. ложки

■ Сварите фасоль.

■ Свеклу нарежьте соломкой, сбрызните уксусом, добавьте часть жира, немного бульона, сахар, томат и тушите до полуготовности.

■ В оставшийся бульон положите нарезанный брусочками картофель, нашинкованную капусту и варите 15–20 минут.

■ Добавьте нарезанные брусочками поджаренные кабачки, фасоль, свеклу, пассерованный лук, нарезанное соломкой яблоко, ломтики помидора, соль и варите до готовности.

■ При подаче посыпьте рубленой зеленью. Сметану подайте отдельно.

• Время приготовления 60 минут •

ЩИ ЛЕНИВЫЕ



на 8 порций

- капуста ½ кочана
- вода 3 л
- грибы сушеные 2 ст. ложки
- картофель 5 шт.
- лук репчатый 1 головка
- корень петрушки 1 шт.
- морковь 1 шт.
- томатная паста 2 ст. ложки
- масло растительное 6 ст. ложек
- мука 2 ст. ложки
- лавровый лист, соль

■ Грибы замочите в холодной воде на 3 часа. Набухшие грибы промойте. Воду, в которой они замачивались, процедите; варите грибы без соли до готовности.

■ Капусту нарежьте квадратиками, картофель – крупными кубиками, залейте грибным отваром, добавьте нашинкованные соломкой коренья и варите до полуготовности.

■ Томат обжарьте на масле с нарезанным кубиками луком и мукой при помешивании, остудите и разведите холодным грибным отваром. Добавьте нашинкованные и обжаренные на масле грибы и варите еще 10 минут. Заправьте солью, лавровым листом.

■ При подаче посыпьте рубленой зеленью.



• Время приготовления 40 минут •

БОРЩ

на 6 порций

- говядина 300 г
- свекла 300 г
- капуста белокочанная 400 г
- картофель 500 г
- морковь 100 г
- корень петрушки 2 шт.
- лук репчатый 2 головки
- чеснок 3 зубчика
- масло топленое 2 ст. ложки
- шпик 50 г
- перец сладкий 1 шт.
- лавровый лист 1 шт.
- соль, перец черный молотый
- сметана 150 г

■ Мясо отварите в 3 л воды, добавив соль и перец горошком.

■ Свеклу, коренья, капусту и лук нарежьте соломкой, картофель – дольками.

■ Свеклу слегка обжарьте на части топленого масла, сбрызните 3%-м уксусом (1 ст. ложка) и тушите до готовности в небольшом количестве бульона, добавив сахар (1 ст. ложка) и томатную пасту (2 ст. ложки). Коренья спассеруйте на оставшемся масле.

■ Бульон процедите, мясо нарежьте кубиками и положите во вновь закипевший бульон вместе с картофелем и капустой, варите 15 минут. После этого добавьте свеклу, пассерованные овощи, сладкий перец, нарезанный соломкой, специи и варите еще 15 минут. Заправьте чесноком, растертым с мелко нарезанным шпиком, доведите до кипения. Дайте настояться 20 минут.

■ Подавайте борщ со сметаной и рубленой зеленью.



• Время приготовления 2 часа 30 минут •



ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С РЫБОЙ



на 2 порции

- капуста белокочанная 300 г
- филе рыбы 300 г
- морковь 1 шт.
- корень петрушки 1 шт.
- корень сельдерея ½ шт.
- лук репчатый 1 головка
- мука 2 ст. ложки
- вода 2 л
- масло растительное 3 ст. ложки
- перец горошком, лавровый лист
- соль, перец черный молотый

■ Коренья и лук крупно нарежьте, залейте водой и варите 20 минут, затем отвар процедите.

■ Филе рыбы нарежьте по 2–3 куска на порцию, посолите, поперчите, обваляйте в муке и обжарьте на масле.

■ Капусту нашинкуйте соломкой, положите в кипящий отвар, посолите, добавьте перец горошком, лавровый лист, рыбу и варите 10 минут.

■ При подаче посыпьте рубленой зеленью.

• Время приготовления 35 минут •

ЩИ КИСЛЫЕ С ГРИБАМИ

на 4 порции

- капуста квашеная 1 кг
- морковь 1 шт.
- лук репчатый 2 головки
- грибы 250 г
- корень петрушки 2 шт.
- корень сельдерея 1 шт.
- мука 1 ст. ложка
- сахар, соль

■ Капусту тушите до мягкости с добавлением воды, мелко нарезанного лука и нашинкованной соломкой моркови.

■ Грибы сварите, откиньте на сито, нарежьте ломтиками. Грибной отвар процедите, добавьте капусту, грибы, нарезанные соломкой коренья петрушки и сельдерея.

■ Муку подсушите, разведите грибным отваром, непрерывно перемешивая, до сметанообразной консистенции. Введите мучную заправку в щи. Приправьте солью, сахаром, доведите до кипения, снимите с огня и дайте настояться. При подаче посыпьте мелко рубленной зеленью.

• Время приготовления 60 минут •



РАССОЛЬНИК





на 4 порции

- картофель 300 г
- лук репчатый 70 г
- огурцы соленые 80 г
- маргарин 50 г
- бульон 700 г
- морковь 50 г
- лавровый лист
- соль, перец черный молотый
- сметана 20 г

■ Огурцы нарежьте соломкой, припускайте в небольшом количестве бульона 15 минут. Морковь и лук нарежьте соломкой, спассеруйте на маргарине без изменения цвета. Картофель нарежьте брусочками.

■ В кипящий бульон положите картофель, доведите до кипения, добавьте пассерованные морковь и лук, через 10 минут введите огурцы, доведите до готовности. Заправьте прокипяченным огуречным рассолом, солью и пряностями.

■ Подавайте со сметаной, посыпав рубленой зеленью.

• Время приготовления 50 минут •

СОЛЯНКА



на 4 порции

- бульон рыбный 1 л
- филе рыбы 300 г
- томатное пюре 2 ч. ложки
- грибы белые маринованные 3 шт.
- огурцы соленые 2 шт.
- лук репчатый 1 головка
- масло растительное 2 ст. ложки
- огуречный рассол 2 стакана
- перец горошком
- лавровый лист
- соль
- лимон 1 шт.
- маслины

■ Лук мелко порубите и обжарьте на масле до золотистого цвета.

■ Бульон с рассолом доведите до кипения.

■ Грибы и маслины нашинкуйте, добавьте в бульон и доведите до кипения.

■ Рыбу нарежьте кусками, припустите с маслом, томатным пюре и очищенными от кожицы огурцами; положите в бульон и варите на слабом огне до готовности.

■ За 3 минуты до готовности добавьте лук, лавровый лист, перец и соль.

■ При подаче положите в тарелки по кусочку рыбы, кружочку лимона, рубленую зелень, маслины и залейте бульоном.

• Время приготовления 50 минут •

СУП «МИНЕСТРА»

на 3 порции

- бекон 50 г
- лук репчатый ½ головки
- морковь 1 шт.
- репа 1 шт.
- лук-порей 1 головка
- капуста белокочанная 30 г
- картофель 1 шт.
- зелень чабреца 10 г
- горошек зеленый консервированный 1 ст. ложка
- фасоль стручковая 10 шт.
- помидоры 2 шт.
- чеснок 3 зубчика
- рис 1 ч. ложка
- масло топленое 3 ст. ложки
- бульон 4 стакана
- лавровый лист
- сыр твердый 15 г
- соль

■ Постную часть бекона нарежьте кубиками и обжарьте с нашинкованным репчатым луком до золотистого цвета.

■ Капусту, морковь, репу, лук-порей, картофель нарежьте кубиками, добавьте чабрец и спассеруйте на оставшейся части масла.

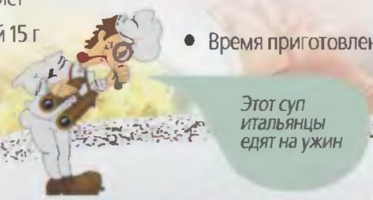
■ Залейте бульоном, положите очищенные от кожицы и нарезанные ломтиками помидоры, горошек, нарезанную фасоль и варите на слабом огне 10 минут.

■ Положите предварительно отваренный рис, соль, лавровый лист и доведите до кипения.

■ Оставшуюся жирную часть бекона нарежьте кубиками, разотрите вместе с чесноком и заправьте суп.

■ Отдельно подайте тертый сыр.

• Время приготовления 50 минут •





СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛОСОСЕМ

на 4 порции

- филе копченого лосося 200 г
- сало копченое с прожилками мяса 100 г
- картофель 6 шт.
- лук репчатый 2 головки
- морковь 1 шт.
- бульон мясной 4 стакана
- перец черный молотый
- соль
- сметана 4 ст. ложки

■ Лук мелко порубите. Морковь нарежьте соломкой.

■ Сало нарежьте мелкими кубиками и обжарьте. Добавьте лук, морковь и жарьте 5 минут. Влейте бульон, доведите до кипения.

■ Картофель нарежьте кубиками, добавьте в кипящий бульон. Варите на слабом огне 10–15 минут. Приправьте солью и перцем.

■ Филе лосося нарежьте ломтиками. При подаче разлейте суп в тарелки, положите ломтики лосося и по 1 столовой ложке сметаны. Оформите зеленью.

• Время приготовления 50 минут •



СУП С БОЛГАРСКИМ ПЕРЦЕМ



на 4 порции

- перец сладкий 5 шт.
- картофель 5 шт.
- масло растительное 4 ст. ложки
- вода 2 л
- лук зеленый 1 пучок
- перец черный молотый
- соль

■ Картофель нарежьте кубиками. У болгарского перца удалите плодоножку с семенами и нарежьте его фигурно.

■ Картофель отварите в подсоленной воде, затем положите болгарский перец и проварите еще 5–10 минут. Добавьте масло, соль, перец, снимите с огня и дайте настояться 5–10 минут.

■ Подайте с рубленой зеленью.

• Время приготовления 45 минут •

СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ





на 4 порции

- вода 1,5 л
- картофель 300 г
- горошек зеленый 300 г
- морковь 1 шт.
- лук-порей 1 шт.
- соль

■ Картофель нарежьте кубиками, морковь – ломтиками, лук-порей – кусочками. Овощи опустите в подсоленную кипящую воду, доведите до готовности, добавьте зеленый горошек и прокипятите.

■ При подаче оформите зеленым луком.

• Время приготовления 35 минут •

СУП ОВОЩНОЙ С КРЕВЕТКАМИ

4 порции

- креветки варено-мороженые 500 г
- капуста белокочанная 200 г
- картофель 4 шт.
- морковь 1 шт.
- корень петрушки 1 шт.
- лук репчатый 1 головка
- горошек зеленый консервированный ½ стакана
- фасоль стручковая 100 г
- помидоры 2 шт.
- маргарин 2 ст. ложки
- бульон рыбный 1,5 л
- соль

■ Очистите креветок от панциря и отделите мякоть.

■ Нарежьте ломтиками морковь, корень петрушки, репчатый лук и обжарьте.

■ В кипящий бульон положите нашинкованную капусту, а когда бульон закипит снова, добавьте обжаренные овощи, нарезанный брусочками картофель и нарезанные стручки фасоли.

■ За 5–10 минут до окончания варки добавьте в суп нарезанные дольками помидоры, зеленый горошек и посолите.

■ В порционные тарелки положите мякоть вареных креветок, налейте суп, посыпьте рубленой зеленью.



• Время приготовления 45 минут •

УХА ПО-ДАЛЬНЕВОСТОЧНОМУ ИЗ КАЛЬМАРОВ

на 4 порции

- кальмары 500 г
- бульон рыбный 1,5 л
- картофель 5 шт.
- корень петрушки 1 шт.
- лук репчатый 1 головка
- масло сливочное 2 ст. ложки
- лавровый лист 1 шт.
- томатное пюре 2 ст. ложки
- соль, перец черный молотый



■ Очистите и вымойте кальмаров и опустите их в кипящую воду на 1–2 минуты.

■ Лук нарежьте кубиками и обжарьте вместе с томатным пюре.

■ В кипящий бульон положите нарезанный кубиками картофель и варите 10 минут, добавьте лук с томатным пюре, корень петрушки.

■ За 5 минут до готовности положите отваренных кальмаров, нарезанных соломкой, лавровый лист, соль, перец.

■ При подаче посыпьте рубленой зеленью петрушки.

• Время приготовления 35 минут •





СУП ИЗ РИСА И ШПИНАТА С ЛИМОНОМ

на 4 порции

- рис 100 г
- шпинат 800 г
- вода 1,5 л
- масло растительное 1 ст. ложка
- сметана 100 г
- лимон 4 дольки

■ Отварите рис в подсоленной воде, положите в него мелко нарезанный шпинат, варите до готовности. Добавьте масло, сметану, прогрейте, не кипятя.

■ При подаче посыпьте рубленой зеленью, положите дольки лимона.

• Время приготовления 30 минут •





РИСОВЫЙ СУП С ОВОЩАМИ

на 5 порций

- рис 100 г
- капуста белокочанная 200 г
- морковь 1 шт.
- картофель 3 шт.
- помидоры 2 шт.
- корень петрушки 1 шт.
- лук репчатый 1 головка
- масло растительное 2 ст. ложки
- вода 1½ л
- соль

■ Лук, морковь и корень петрушки нарежьте кубиками и обжарьте на масле.

■ Влейте горячую воду, положите нарезанный кубиками картофель и нарезанную шашечками капусту, доведите до кипения.

■ Всыпьте рис и нарезанные кубиками помидоры, посолите и варите до готовности.

■ При подаче посыпьте рубленой зеленью.

• Время приготовления 35 минут •

СУП ХАРЧО ИЗ ОСЕТРИНЫ С ОРЕХАМИ

на 4 порции

- осетрина 500 г
- лук репчатый 5 головок
- морковь 1 шт.
- корень петрушки 2 шт.
- зелень петрушки 1 пучок
- томатное пюре 2 ст. ложки
- лавровый лист 1 шт.
- перец душистый горошком 3 шт.
- мука 1 ст. ложка
- чеснок 3 зубчика
- семена кориандра ½ ч. ложки
- хмели-сунели 1 ч. ложка
- орехи грецкие 100 г
- помидоры 3 шт.
- жгучий перец ½ шт.
- соль

■ Варите осетрину целым куском до полуготовности с добавлением 4 луковиц, корня петрушки и душистого перца.

■ Рыбу выньте из бульона и нарежьте на маленькие кусочки. С поверхности бульона снимите жир и сложите в чистую кастрюлю, бульон процедите.

■ В кастрюлю с жиром добавьте нарезанный лук и пассеруйте 5–10 минут, добавьте томатное пюре и обжаривайте еще 5–7 минут. Всыпьте муку, перемешайте и тушите 5 минут, залейте процеженным бульоном.

■ Дайте бульону закипеть, опустите в него кусочки рыбы и кипятите еще 10 минут. Добавьте толченый чеснок, кориандр, рубленую зелень петрушки, хмели-сунели, жгучий перец, нарезанные помидоры, измельченные орехи и варите еще 10 минут.



• Время приготовления 55 минут •

СУП-ЛАПША

на 8 порций

- морковь 100 г
- лук репчатый 80 г
- масло сливочное 80 г
- бульон мясной, куриный или грибной 2 л
- соль, перец горошком

для лапши:

- желтки яичные 2 шт.
- мука 1 стакан

■ Из яичных желтков и муки замесите тесто. Муку вводите постепенно – тесто должно быть густым и пластичным. Накройте тесто тканью на 30 минут. Затем раскатайте в тонкий пласт, нарежьте на полоски шириной 4 см и слегка подсушите. Сложите полоски друг на друга и нашинкуйте соломкой.

■ Морковь и лук нашинкуйте тонкой соломкой и обжарьте на масле без изменения цвета.

■ В кипящий бульон положите обжаренные овощи, доведите до кипения, добавьте лапшу, перец, соль и варите до готовности.

■ Чтобы сохранить прозрачность супа, лапшу, предварительно отсеяв муку, опустите на минуту в горячую воду, откиньте на сито, дайте стечь воде и только после этого закладывайте в бульон для варки.

• Время приготовления 50 минут •



ВОСПНАПУР





на 4 порции

- мякоть говядины вареная 100 г
- чечевица 40 г
- картофель 2 шт.
- ядра грецких орехов 20 г
- лук репчатый 1 головка
- чернослив без косточек 5 шт.
- масло топленое 1 ст. ложка
- мука пассерованная 1 ч. ложка
- бульон 4 стакана
- соль, перец черный молотый

■ Предварительно замоченную на 2 часа чечевицу положите в бульон и варите до размягчения.

■ Добавьте нарезанный кубиками картофель, пассерованный лук, муку, чернослив, протертые обжаренные орехи, соль и варите до готовности.

■ При подаче положите в тарелку кусок говядины, посыпьте рубленой зеленью и черным перцем.

• Время приготовления 45 минут •

СУП ГОРОХОВЫЙ С СОСИСКАМИ

на 4 порции

- горошек зеленый 300 г
- сосиски подкопченные 4 шт.
- овощная смесь замороженная 250 г
- бульон куриный 3 стакана
- чеснок 1 зубчик
- хлеб для тостов 2 ломтика
- соль

■ Горошек промойте, варите в кипящей воде 5 минут, воду слейте. Из ⅔ нормы приготовьте пюре, а остальной горошек отложите.

■ Бульон доведите до кипения, положите овощную смесь и варите 3 минуты. Затем положите гороховое пюре, горошек, нарезанные тонкими ломтиками сосиски, посолите. Проварите еще 2–3 минуты и снимите с огня.

■ Чеснок мелко порубите. Натрите им хлеб для тостов, а затем нарежьте мелкими кубиками. Обжарьте в духовке до образования золотистой корочки. Подайте с супом.





ОКРОШКА МАЙСКАЯ



на 4 порции

- мякоть говядины вареная 400 г
- лук зеленый и зелень укропа рубленые по ½ стакана
- яйца 5 шт.
- огурцы 5 шт.
- редис 100 г
- квас 1 л
- корень хрена тертый 100 г
- соль, сахар
- сметана 40 г

■ Мясо нарежьте небольшими кусочками. Огурцы и сваренные вкрутую яйца нарежьте кубиками, редис – дольками.

■ Подготовленные продукты соедините, добавьте лук, укроп, соль, сахар, хрен, залейте квасом.

■ Подавайте со сметаной и кусочком льда.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КРЕВЕТОК

4 порции

- креветки 500 г
- морковь 2 шт.
- лук репчатый 1 головка
- масло сливочное 3 ст. ложки
- мука 2 ст. ложки
- молоко 1½ стакана
- желток 1 шт.
- гренки 8 шт.





■ Креветок вымойте, отварите в 1 л воды, очистите от панциря и нарежьте на кусочки.

■ Муку подсушите до светло-желтого цвета, охладите и разведите бульоном.

■ Обжарьте креветок вместе с нарезанными морковью и луком, припустите до готовности в бульоне и пропустите через мясорубку.

■ В массу добавьте бульон, в котором варились креветки, и протрите ее через сито, заправьте мукой и варите 10 минут.

■ Суп слегка охладите, добавьте яично-молочную смесь, для приготовления которой постепенно влейте в сырой желток горячее молоко и проварите на слабом огне до загустения, не доводя до кипения.

■ Подавайте суп с гренками.

• Время приготовления 35 минут •

СУП-ПЮРЕ ИЗ ПЕЧЕНИ

на 4 порции

- печень говяжья 200 г
- морковь 1 шт.
- лук зеленый 60 г
- мука пшеничная 40 г
- масло сливочное 50 г
- молоко 300 г
- вода 700 г
- соль

■ Печень нарежьте мелкими кубиками, обжарьте вместе с мелко нарезанными морковью и луком и потушите до готовности в небольшом количестве воды. Затем протрите через сито.

■ Муку обжарьте с маслом до желтого цвета, слегка охладите и разведите молоком. Соедините с протертой печенью, разведите водой, посолите, доведите до кипения и варите 5–7 минут.

■ Отдельно к супу можно подать гренки, нарезанные мелкими кубиками.



• Время приготовления 50 минут •

КОНСОМЕ ПО-ГЕРМАНСКИ



на 2 порции

- бульон 3 стакана
- капуста белокочанная 100 г
- сосиски 50 г
- корень хрена тертый 1 ст. ложка
- соль

■ Для получения бульона приготовьте оттяжку. Говядину измельчите, добавьте соль, холодную воду (в два раза больше, чем мяса) и настаивайте в холодном месте 1—1½ часа.

■ В оттяжку добавьте взбитые яичные белки, подпеченные овощи и влейте в бульон.

■ Бульон доведите до кипения, нагрев уменьшите и варите без кипения 1 час, пока собравшаяся на поверхности пена не осядет на дно. Бульон процедите. Во время варки бульон не перемешивайте.

■ Капусту нарежьте соломкой, сварите.

■ Сосиски сварите и нарежьте кружочками.

■ В прозрачный бульон добавьте капусту, сосиски и хрен.

• Время приготовления 30 минут •

БУЛЬОН С РЫБНЫМИ ГАЛУШКАМИ

на 5 порций

- филе форели 400 г
- лук репчатый 1 головка
- рис вареный 1 ст. ложка
- лавровый лист 1 шт.
- бульон рыбный 1½ л
- перец черный молотый
- соль

■ Филе пропустите через мясорубку, добавьте лук и еще раз пропустите. Посолите, поперчите, положите рис и перемешайте.

■ Сформуйте из полученной массы шарики величиной с грецкий орех и припустите их до готовности в малом количестве бульона с добавлением соли и пряностей.

■ При подаче положите в глубокую тарелку 5—6 галушек, залейте бульоном и посыпьте рубленой зеленью.



• Время приготовления 35 минут •

ХОЛОДНЫЙ СУП ИЗ ЩАВЕЛЯ



на 4 порции

- щавель 200 г
- лук зеленый 70 г
- огурцы 150 г
- яйца 2 шт.
- сахар 10 г
- вода 800 г
- соль
- сметана 40 г

■ У щавеля удалите черенки и промойте его, затем сварите в небольшом количестве воды, протрите, добавьте горячую воду, соль, сахар, доведите до кипения, охладите.

■ Лук мелко нашинкуйте, огурцы нарежьте мелкими кубиками, яйца разрежьте пополам.

■ В тарелки разложите огурцы, яйца, зеленый лук и залейте супом. Подавайте со сметаной, посыпав рубленой зеленью укропа.

СУП-ПЮРЕ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ

на 4 порции

- капуста цветная 300 г
- морковь 1 шт.
- лук репчатый 1 головка
- масло растительное 2 ст. ложки
- мука 2 ст. ложки
- перец душистый горошком 5 шт.
- вода 1 л
- соль

■ Морковь и лук мелко нарежьте, потушите с 1 столовой ложкой масла и 5 столовыми ложками воды, пока вся жидкость не выпарится.

■ Цветную капусту залейте кипящей водой, отварите до мягкости, протрите вместе с тушеными овощами, добавьте муку, поджаренную на оставшемся масле до кремового цвета. Все перемешайте, постепенно вливая отвар, в котором варилась капуста.

■ Полученный суп приправьте солью, перцем и проварите 2–3 минуты.

■ При подаче оформите зеленью.







СУП ИЗ КЛЮКВЫ

на 4 порции

- клюква 165 г
- груши 140 г
- яблоки 130 г
- сметана 65 г
- сахар 30 г
- мука 30 г
- вино сухое белое 50 г
- вода 1,5 л
- картофель 2 шт.
- масло сливочное 40 г
- сухари молотые 10 г

■ Клюкву залейте горячей водой. Груши и яблоки без семеных коробочек соедините с клюквой и варите под крышкой в течение 1 часа. Готовые фрукты и ягоды протрите вместе с отваром через сито. Сметану размешайте с мукой и сахаром, положите в суп, добавьте вино.

■ К супу подайте отварной картофель, поджаренный с сухарями и политый растопленным маслом.

СУП ИЗ ЦИТРУСОВЫХ

на 2 порции

- апельсин 1 шт. или мандарины 2 шт.
- вода 0,5 л
- крахмал картофельный 1 ч. ложка
- сахар 2 ст. ложки
- сливки или сметана 1 ст. ложка





■ Цедру мелко нашинкуйте, залейте водой, варите 5–10 минут, процедите.

■ В отвар добавьте сахар, перемешайте, введите предварительно разведенный водой картофельный крахмал. Доведите до кипения, затем положите очищенные, разделенные на дольки цитрусовые.

■ Суп подавайте со сливками.

■ В суп можно добавить отварной рис, а также виноградное вино для ароматизации.

УДК 641.827(083)
ББК 36.991
С89

Супы. – Челябинск: Аркаим, 2004. – 32 с.: ил. – (серия «Семь поварят»).
С89 ISBN 5-8029-0728-2

Основное назначение супов – возбуждать аппетит. В этой книге вы найдете разнообразные рецепты приготовления этих блюд.

УДК 641.827(083)
ББК 36.992

Издание для досуга

Супы



Ответственный редактор А. А. Самойлов
Дизайн – В. А. Кугаевский
Художник Е. М. Суздальцева
Художественный редактор Н. В. Тихоплав
Технический редактор Т. В. Анохина
Корректор В. А. Поткина
Компьютерная верстка – Е. И. Чумак
Фотограф А. А. Титаев
Обложка:
Стилист Е. Б. Брюхина
Фотограф К. А. Шевчик

Блюда приготовлены и апробированы в кулинарной студии издательства «Аркаим»

Подписано в печать 21.06.04. Гарнитура FreeSet. Печать офсетная.
Издательство «Аркаим», издательство «Урал Л.Т.Д.», 454091, г. Челябинск, ул. Постышева, 2
Отпечатано в Китае

По вопросам приобретения литературы обращаться:

Челябинск, издательство «Аркаим», издательство «Урал Л.Т.Д.»
454091, г. Челябинск, ул. Постышева, 2
тел.: (3512) 65-87-01 (отдел реализации)
тел/факс: 65-87-00, 65-86-97
E-mail: sales@ural-ltd.ru

Москва, представительство издательства «Аркаим», издательства «Урал Л.Т.Д.»
107023, г. Москва, ул. Малая Семеновская, 11а, стр. 4
тел.: (095) 964-14-57, 964-14-80 (факс)
E-mail: ural-ltd@mtu-net.ru

ISBN 5-8029-0728-2